



Verveine officinale (plant)

Verbena officinalis L.

- mi-ombre à plein soleil
- floraison de juin à septembre

Fiche technique

FAMILLE	Verbenaceae
GENRE	Verbena
ESPÈCE	officinalis
NOM D'AUTEUR	L.
CYCLE DE VIE	vivace
HAUTEUR EN FLEUR	50 à 100 cm
MILIEU	terrain frais , terrain drainant , terrain sec
EXPOSITION	mi-ombre , plein soleil
ZONE DE RUSTICITÉ	De 4a (de -34,4°C à -31,7°C) à 9b (de -3,9°C à -1,1°C)
COULEUR DES FLEURS	violet
FLORAISON	De juin à septembre

Description

Famille : Verbenaceae

Nom latin : *Verbena officinalis* L.

Noms communs : Verveine officinale, Herbe sacrée, Herbe aux sorcières, Herbe sainte, Guérit-tout

Description sommaire : La verveine officinale est une plante vivace très discrète, mesurant entre 50 cm et 80 cm. Feuilles vertes, opposées, dentelées. Fleurs lilas clair à gorge blanche en longs épis filiformes à l'extrémité de tiges rigides et ramifiées. Floraison de juin à septembre.

Fréquente dans toute la France sur les bords de chemins et dans les friches, elle apprécie les sols secs et les expositions ensoleillées.

Multiplication : Pour obtenir de nouveaux plants, on peut semer ou bouturer la verveine officinale.

Culture : Les plants de verveine officinale seront espacés de 20/30 cm sur un sol drainant, même pauvre. L'exposition sera de mi-ombre à plein soleil. Ne pas hésiter à les rabattre (tailler) au pied à la fin de la saison ou au début du printemps.

Usage médicinal : La verveine officinale est digestive, calmante, sédative (léger), connue pour soulager entre autre les maux de tête, tensions nerveuses, bouffées de chaleur. On utilise les feuilles et sommités fleuries récoltées en début de floraison en infusion ou en alcoolature.

Autres usages : Plante de haute magie utilisée par les druides de Gaule pour purifier et préparer les autels rituels. Herbe sainte, les gaulois l'employaient pour « tirer les sorts et prédire l'avenir ».

La confusion avec la verveine odorante est difficile, la verveine officinale est quasiment dénuée d'odeur.